

Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы: №41 «Назерке» бөбекжай балабақшасы Ақтобе қаласы

Балалардың жасы: 3-4-5жас

Жоспардың құрылу кезеңі: 02-05 қыркүйек 2025жыл I- Апта

Деректешіктіру жетекшісі: Игілікова Гүлбану Балтабекқызы

	Сейсенбі 02.09.2025ж 8.10-8.30 Ертеңгілік жаттығулар «Күй күмбірі»	Сәрсенбі 03.09.2025ж 8.10-8.30 Ертеңгілік жаттығулар «Күй күмбірі»	Бейсенбі 04.09.2025ж 8.10-8.30 Ертеңгілік жаттығулар «Күй күмбірі»	Жұма 05.09.2025ж 8.10-8.30 Ертеңгілік жаттығулар «Күй күмбірі»
	<p>1. №8 «Көжек» ортаңғы тобы 9.00-9.15</p> <p>2. №9 «Балашан» ортаңғы тобы 9.25-9.40</p> <p>Негізгі қимылдар Жүру және тепе-теңдік сақтау жаттығулары.</p> <p>Мақсаты: Балаларды педагогпен бірге жаттығуларды орындауға, қимылды ойындарға қатысуға қызықтыру. Қарама-қарсы отырып, бір-біріне тура бағытта допты домалатуды және алға қарай жылжи отырып секіруді үйрету. Допты домалату кезінде қолдың қозғау күшін, қимыл үйлесімділігін, ұсақ сезім мүшелерін дамыту.</p> <p>ЖДЖ: Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар: қолды жоғары, алға, жан-жаққа көтеру және түсіру (бірге немесе кезекпен); Адал азамат Біртұғас тәрбие</p>	<p>1. №9 «Балашан» ортаңғы тобы 9.00-9.15</p> <p>Жалпы дамытушы жаттығулар. Мақсаты: Тізені бүгіп жазу (екіншісіне тұрып), еденде отырған қалпында, таяныштан ұстап отырып аяқтың ұшымен тұру, алға, жанына, артқа қадам жасау, аяқты алға, өкшеге қою; табандарды бұту (жазу), қатарында тұрған – отырған адамға қолындағы затты бере отырып, тұлғасын оңға-солға бұру, шалқасынан жатқан қалыпта қолдары мен аяқтарын бірдей қимылдатып, аяқтарын көтеру және түсіру.</p> <p>ЖДЖ: Кеудеге арналған жаттығулар: допты бір-біріне басынан жоғары (артқа және алға) беру, жан-жаққа (солға- оңға) бұрылу; Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: I. Тепе-теңдікті сақтай отырып, бір-</p>	<p>1. №3 «Гүлдер» арнайы мектепалды тобы 9.50-10.15</p> <p>2. №2 «Айгөлек» мектепалды тобы 10.50-11.15</p> <p>Негізгі қимылдар Секіру мақсаты: бір орында тұрып, алға қарай 3-4 метр қашықтыққа жылжу арқылы секіру, екі тізенің арасына қапшықты қысып алып, тұзу бағытта (арақашықтығы 6 метр) қос аяқпен секіруге үйрету.</p> <p>ЖДЖ: Қолдың күшін жетілдіруге арналған жаттығулар. 3-5 метр қашықтықта екі қолын</p>	<p>1. №8 «Көжек» ортаңғы тобы 9.00-9.15</p> <p>2. №9 «Балашан» ортаңғы тобы 9.55-10.10</p> <p>Негізгі қимылдар Жүру және тепе-теңдік сақтау жаттығулары.</p> <p>Мақсаты: Еденде жатқан жолдың бойымен тура бағытта топпен жүру. Нысанға дейін тура жолдың бойымен (ені 25-30 см, ұзындығы 2-3 м) жүру, ересектің көмегімен гимнастикалық тақтай бойымен (ені 25-30 см) жүру, ересектің көмегімен модульге (биіктігі 10-15 см) шығуға және одан түсуге үйрету, еденде жатқан лентадан (арқаннан) ағтап өту.</p> <p>ЖДЖ: Кеудеге арналған</p>

Ұлттық ойын: «Алақан соқпақ»
Қимылды ойын: «Аңшылар мен қояндар»

Мақсаты: Балаларды тез жүру қозғалысқа үйрету.

3. №4 «Жұлдыз» арнайы ересек тобы 9.45-10.05

Негізгі қимылдар

Жүру мақсаты: өкшемен, аяқтың сыртқы қырымен, адымдап, жан-жаққа қосалқы қадаммен (оңға және солға), сапта бір-бірден жүруге үйрету

ЖДЖ: Қол және нық белдеуіне арналған жаттығулар: Қолды алға, екі жаққа, жоғары көтеру (бір уақытта, кезекпен), төмен түсіру, қолдарын арқасына апару

Ұлттық ойын: «Алақан соқпақ»

Қимылды ойын: «Аңшылар мен қояндар» мақсаты: Балаларды тез жүру қозғалысқа үйрету.

Жай қимылды ойын: «Кім баяу»
Мақсаты: Балаларды жәй жүріске үйрету.

4. №3 «Гүлдер» арнайы мектепалды тобы 10.10-10.35

Негізгі қимылдар

Жүру мақсаты: сапта бір-бірден, екеуден, үшеуден жүру; аяқтың ұшымен, аяқтың ішкі және сыртқы қырымен жүруге үйрету.

Тепе-теңдікті сақтау мақсаты: заттардан аттап жүру, шектелген

бірінен 10 см қашықтықта орналасқан тақтай бойымен, сніс тақта бойымен (20-30 см) жүру.

Ұлттық ойын: «Сақина жасыру»
Қимылды ойын: «Қасқыр қақпан»
Жай қимылды ойын: «Айгөлек»

2. №4 «Жұлдыз» арнайы ересек тобы 9.20-9.40

Негізгі қимылдар

Тепе-теңдікті сақтау мақсаты: сызықтардың арасымен (арақашықтығы 15 сантиметр) жүру, сызықтардың, арқаның, тақтайдың, гимнастикалық скамейканың, бөрененің бойымен жүруге үйрету.

ЖДЖ: Қол және нық белдеуіне арналған жаттығулар: Қолды алға, екі жаққа, жоғары көтеру (бір уақытта, кезекпен), төмен түсіру, қолдарын арқасына апару

Адал азамат

Біртұтас тәрбие

Ұлттық ойын: «Сақина жасыру»
Қимылды ойын: «Қасқыр қақпан»
Мақсаты: Балаларды тепе-теңдік сақтап қақпан өтуге үйрету.

Жай қимылды ойын: «Айгөлек»
Мақсаты: балаларды бөрене үстімен жүруге үйрету

3. №3 «Гүлдер» арнайы мектепалды тобы 10.15-10.40

4. №2 «Айгөлек» дәірлік тобы 10.50-11.15

жерге қойып, жүру (бір бала екінші баланы аяғынан ұстайды).

Адал азамат Біртұтас тәрбие

Ұлттық ойын: «Аударыспақ»

Қимылды ойын: «Ортаға түспеу»

мақсаты: Балаларды секіруге үйрету.

Жай қимылды ойын: «Тақия тастамақ» балаларды ұйымшылдыққа үйрету.

жаттығулар: допты бір-біріне басынан жоғары (артқа және алға) беру, жан-жаққа (солға- оңға) бұрылу; Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:

1. Жиіктері шектелген тура жолақпен (ені 20-25 см, ұзындығы 2-2.5 м) жүру.

Ұлттық ойын: «Аударыспақ»

Қимылды ойын: «Ортаға түспеу»

Жай қимылды ойын: «Тақия тастамақ»

жазықтықтың үстімен қосалқы қадаммен, аяқтың ұшымен жүруге үйрету.

ЖДЖ: Қол және нық белдеуіне арналған жаттығулар:

Қолды кеуде тұсына қою, екі жаққа созу; қолды жоғары көтеру және екі жаққа созу, қолды желкеге қою.

Адал азамат

Біртұтас тәрбие

Ұлттық ойын: «Алақан соқпақ»

Қимылды ойын: «Аңшылар мен қояндар»

мақсаты: Балаларды тепе-теңдікті сақтауға үйрету.

Жай қимылды ойын: «Кім баяу»

Мақсаты: Балаларды жәй жүріске үйрету.

Негізгі қимылдар

Жүгіру мақсаты: шашырап, жұппен, қатармен бір-бірден, скеуден, үшеуден тізені жоғары көтеріп жүгіруге үйрету.

Еңбектеу, ормелеу мақсаты: жүру мен жүгіруді алмастырып, заттардың арасымен «жыланша» торттағандап еңбектеу, кедергілер арасынан еңбектеуге үйрету.

ЖДЖ: Кеудеге арналған жаттығулар. Дөпті жоғарыдан (алға және артқа) бір-біріне беру. Қолды алға көтеріп оңға, солға бұрылу.

Адал азамат

Біртұтас тәрбие

Ұлттық ойын: «Сакина жасыру»

Қимылды ойын: «Қасқыр қақпан»

Мақсаты: Балаларды жұппен жүруге үйрету.

Жай қимылды ойын: «Айгөлек»

Мақсаты: Балаларды жүгіруге үйрету.

Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы: №41 «Назерке» бөбекжай балабақшасы Ақтөбе қаласы

Балалардың жасы: 3-4-5 жас

Жоспардың құрылу кезеңі: 8-12 қыркүйек 2025 жыл II - Апта

Денешынықтыру жетекшісі: Игілікова Гүлбану Бағтабекқызы

Дүйсенбі 8.09.2025ж	Сейсенбі 9.09.2025ж	Сәрсенбі 10.09.2025ж	Бейсенбі 11.09.2025ж	Жұма 12.09.2025ж
8.10-8.30 Ертеңгілік жаттығулар «Күй күмбірі»	8.10-8.30 Ертеңгілік жаттығулар «Күй күмбірі»	8.10-8.30 Ертеңгілік жаттығулар «Күй күмбірі»	8.10-8.30 Ертеңгілік жаттығулар «Күй күмбірі»	8.10-8.30 Ертеңгілік жаттығулар «Күй күмбірі»
<p>1. №8 «Көжею» ортаңғы тобы 9.00-9.15 Саппен жүру. Мақсаты: Балаларды сапқа тұрғызу, бір тізбекте саппен жүру, жүгіруге жаттықтыру. Әртүрлі қалыпта донты лақтыру ептілігін дамыту. Еніс тақтайдың үстімен еңбектеуді қайталап бекіту. Шағын топпен бір-біріне кедергі жасамай жүруге; саптан шықпай, бағытты сақтай жүру; аяқты тізеден сәл бүгіп, секіріп, аяқты алшак, бірге ұстау дағдыларын бекіту. Музыканың басталуын сезініп, музыкаға сәйкес жүруге баулу. ЖДЖ: Аяққа арналған жаттығулар: аяқтың ұшына көтерілу,</p>	<p>1. №8 «Көжею» ортаңғы тобы 9.00-9.15 Негізгі қимылдар Жүру және тепе-теңдік сақтау жаттығулары. Мақсаты: Еденде жатқан жолдың бойымен тура бағытта топпен жүру. Нысанаға дейін тура жолдың бойымен (ені 25-30 см, ұзындығы 2-3 м) жүру, ересектің көмегімен гимнастикалық тақтай бойымен (ені 25-30 см) жүру, ересектің көмегімен модульге (биіктігі 10-15 см) шығуға және одан түсуге үйрету, еденде жатқан лентадан (арқаннан) аттап өту. ЖДЖ: Қол және нық белдеуіне арналған жаттығулар: қолды жоғары, алға, жап-жаққа көтеру және түсіру (бірге немесе кезекпен); Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:</p>	<p>1. №9 «Балапан» ортаңғы тобы 9.00-9.15 Жүру және тепе-теңдік сақтау жаттығулары. Мақсаты: Еденде жатқан жолдың бойымен тура бағытта топпен жүру. Нысанаға дейін тура жолдың бойымен (ені 25-30 см, ұзындығы 2-3 м) жүру, ересектің көмегімен гимнастикалық тақтай бойымен (ені 25-30 см) жүру, ересектің көмегімен модульге (биіктігі 10-15 см) шығуға және одан түсуге үйрету, еденде жатқан лентадан (арқаннан) аттап өту. ЖДЖ: Қол және нық белдеуіне арналған жаттығулар: қолды жоғары, алға, жап-жаққа көтеру және түсіру (бірге немесе кезекпен); Негізгі қимыл-қозғалыс</p>	<p>1. №3 «Гүлдер» арнайы мектепалды тобы 9.50-10.15 2. №2 «Айгөлек» мектепалды тобы 10.50-11.15 Негізгі қимылдар Жалпы дамытушы жаттығулар мақсаты: Қол және нық белдеуіне арналған жаттығулар. Қолды кеуде тұсына қою, екі жаққа созу; қолды жоғары көтеру және екі жаққа созу; қолды желкеге қою. Саусақтарды айқастырып, алға-жоғары көтеру (қолды сыртқы жағымен ішке қарай бұру). Қолды кезек жоғары-артқа көтеруге үйрету.</p>	<p>1. №8 «Көжею» ортаңғы тобы 9.00-9.15 2. №9 «Балапан» ортаңғы тобы 9.55-10.15 Негізгі қимылдар Жалпы дамытушы жаттығулар. Мақсаты: Тізені бүгіп жазу (екіншісіне тұрып), еденде отырған қалыпта, таяныштан ұстап отырып аяқтың ұшымен тұру, алға, жанына, артқа қадам жасау, аяқты алға, өкшеге қою; табандарды бұту (жазу), қатарында тұрған отырған адамға қолындағы затты бере отырып, түлғасын оңға-солға бұру, шалқасынан жатқан қалыпта қолдары мен аяқтарын бірдей қимылдатып, аяқтарын</p>

алга карай кою, аякты жаппакка, артка кою; **Негизги кимыл-козгалыс жаттыгулары:** 1. Еки колмен 1-1,25 м аракашыктыктагы (колденен) нысанга (кеуде тусынан, төмөннен, жогарыдан) лактыру. **Адал азамат Біртутас тәрбие Ұлттык ойын:** «Күш сынаспак» **Кимылды ойын:** «Үшактар» **Жәй кимылды ойын:** «Күн мен түн»

2. №4 «Жұлдыз» арнайы ересек тобы 9.35-9.55 Негизги кимылдар Секіру мақсаты: бір орында тұрып, қос аякпен секіруге үйрету. **Лактыру, домалату, қағып алу мақсаты:** заттардың арасымен доптарды, күрсауларды бір-біріне домалатуға үйрету. **Қол және иык белдеуіне арналган жаттыгулар.** Қолды алга, еки жакка, жоғары көтеру (бір уақытта, кезекпен), төмен түсіру. **Ұлттык ойын:** «Күш сынаспак»

1. Алга карай ұмтыла еки аяктап секіртпемен, лентамен секіру. 2. Жиектері шектелген тура жолақпен (ені 20-25 см, ұзындығы 2-2,5 м) жүруді қайталау. **Адал азамат Біртутас тәрбие Ұлттык ойын:** «Хан алшы» **Кимылды ойын:** «Қаздар»

2. №9 «Балапан» ортаңғы тобы 9.25-9.40 Саппен жүру. **Мақсаты:** Балаларды сапқа тұрғызу, бір тізбекте саппен жүру, жүгіруге жаттықтыру. Әртүрлі қалыпта допты лактыру ептілігін дамыту. Еңіс тақтайдың үстімен еңбектеуді қайталап бекіту. Шағын топпен бір-біріне кедергі жасамай жүруге; саптан шықпай, бағытты сақтай жүру; аякты тізеден сәл бүгіп, секіріп, аякты алшақ, бірге ұстау дағдыларын бекіту. **Музыканың басталуын сезініп, музыкаға сәйкес жүруге баулу.** **ЖДЖ:** Аяққа арналган жаттыгулар: аяктың ұшына көтерілу, аякты алга карай кою, аякты жап-жакка, артка кою; **Негизги кимыл-козгалыс жаттыгулары:** 1. Еки колмен 1-1,25 м аракашыктыктагы (колденен)

жаттыгулары: 1. Алга карай ұмтыла еки аяктап секіртпемен, лентамен секіру. 2. Жиектері шектелген тура жолақпен (ені 20-25 см, ұзындығы 2-2,5 м) жүруді қайталау. **Адал азамат Біртутас тәрбие Ұлттык ойын:** «Хан алшы» **Кимылды ойын:** «Қаздар»

2. №4 «Жұлдыз» арнайы ересек тобы 9.20-9.40 Негизги кимылдар Ырғактык жаттыгулар мақсаты: таныс, бұрын үйренген жаттыгуларды және кимылдарды музыкамен сүйемелдеу аркылы орындауға үйрету. **Аяққа арналган жаттыгулар.** Еки аякты кезекпен алга кою, алдымен өкшені, содан кейін аяктың ұшын кою, тарсылдату. **Ұлттык ойын:** «Үйқыдагы аю» **Кимылды ойын:** «Қарағай ормандагы аю» **Мақсаты:** Балаларды ырғакты жаттыгуларды үйрету. **Жәй кимылды ойын:** «Қасқыр мен лактар» **Мақсаты:** Балаларды музыка желісімен қасқырды ролін ойнауға үйрету.

ЖДЖ: Кеудеге арналган жаттыгулар мақсаты: Допты жоғарыдан (алга және артка) бір-біріне беруге үйретуге үйрету. **Ұлттык ойын:** «Үйқыдагы аю» **Кимылды ойын:** «Қарағай ормандагы аю» **Мақсаты:** Балаларды ырғакты жаттыгуларды үйрету. **Жәй кимылды ойын:** «Қасқыр мен лактар» **Мақсаты:** Балаларды музыка желісімен қасқырды ролін ойнауға үйрету.

көтеру және түсіру. аркасынан бүйіріне, ішіне және кері карай аударылу, алга, жан-жағына карай өткізу. **ЖДЖ: Кеудеге арналган жаттыгулар:** солға, оңға бұрылу (отырған қалыпта); **Негизги кимыл-козгалыс жаттыгулары:** 1. Балапанның қолын және кеудесінің тусынан әртүрлі заттардың астымен 0,5-1,5 м аракашыктыкта доптарды домалату. **Адал азамат Біртутас тәрбие Ұлттык ойын:** «Үйқыдагы аю» **Кимылды ойын:** «Қарағай ормандагы аю» **Жәй кимылды ойын:** «Қасқыр мен лактар» **Қорытынды:** «Қол қайда?» ойынын ойнау.

Қимылды ойын: «Ұшақтар»
Мақсаты: Балаларды ұшып
сөкіруге үйрету.

3. №2 «Айгөлею»
мектепалды тобы
10.35-11.00

Негізгі қимылдар
Лақтыру, домалату, қағып
алу мақсаты: допты
жоғары, жіптің үстінен
лақтыру және екі қолымен,
бір қолымен (оң және сол
қолын алмастыру) қағып
алуға үйрету.

ЖДЖ: Кеудеге арналған
жаттығулар.

Гимнастикалық қабырғаға
қарап тұрып, белінің
тұсындағы тақтайшаны
ұстап, алға еңкею.

Ұлттық ойын: «Күш
сынаспақ»

Қимылды ойын: «Ұшақтар»
Мақсаты: Балаларды ұшып
сөкіруге үйрету.

Жәй қимылды ойын: «Күн
мен түн»

Мақсаты: Балаларды қағып
алуға үйрету.

нысанаға (кеуде тұсынан,
төменнен, жоғарыдан лақтыру.
Ұлттық ойын: «Күн сынаспақ»
Қимылды ойын: «Ұшақтар»
Жәй қимылды ойын: «Күн мен
түн»

3. №4 «Жұлдыз» арнайы ересек
тобы 9.45-10.05

Негізгі қимылдар
Сапқа тұру, сап түзеу, сапқа
қайта тұру мақсаты: Бір-бірден
сапқа тұру, бір-бірінің жанына
сапқа және шеңберге тұруға
үйрету.

ЖДЖ: Кеудеге арналған
жаттығулар.

Екі қолды белге қойып, оңға-солға
бұрылу (жылдам және бір
қалыпты).

Адал азамат

Біртұтас тәрбие

Ұлттық ойын: «Хан алшы»

Қимылды ойын: «Қаздар»
Мақсаты: Балаларды сапқа
тұрғызуға үйрету.

Жәй қимылды ойын: «Аюдың
апанында»

Мақсаты: Балаларды шеңберге
үйрету.

4. №3 «Гүлдер» арнайы
мектепалды тобы 10.10-10.35

Негізгі қимылдар
Лақтыру, домалату, қағып алу

3. №3 «Гүлдер» арнайы
мектепалды тобы 10.15-10.40

4. №2 «Айгөлею» даярлық
тобы 10.50-11.15

Негізгі қимылдар

Сапқа тұру, сап түзеу, сапқа
қайта тұру мақсаты: сапқа
бір, екі, үш қатармен тұру.

Музыкалық-ырғақтық
қимылдар мақсаты:

Таныс дене жаттығуларын
музыка әуенімен әсем және
ырғақты орындау.

Қимылдардың ырғағын
музыкалық сүйемелдеумен
үйлестіру. Түзу бағытта
адымдап жүру. Жұбымен
шеңбер бойымен жүруге
үйрету.

ЖДЖ: Кеудеге арналған
жаттығулар. Допты жоғарыдан
(алға және артқа) бір-біріне
беру. Қолды алға көтеріп оңға,
солға бұрылу.

Ұлттық ойын: «Хан алшы»

Қимылды ойын: «Қаздар»
Мақсаты: Балаларды сапқа
тұрғызуға үйрету.

Жәй қимылды ойын: «Аюдың
апанында»

Мақсаты: Балаларды шеңберге
үйрету.

мақсаты: допты жоғары, жіптің үстінен лақтыру және екі қолымен, бір қолымен (оң және сол қолын алмастыру) қағып алуға үйрету.

ЖДЖ: Кеудеге арналған жаттығулар. Гимнастикалық қабырғаға қарап тұрып, белінің тұсындағы тақтайшаны ұстап, алға сәксю.

Ұлттық ойын: «Күш сынаспақ»

Қимылды ойын: «Ұшақтар»

Мақсаты: Балаларды ұшып секіруге үйрету.

Жәй қимылды ойын: «Күн мен түн»

Мақсаты: Балаларды қағып алуға үйрету.

Тәрбиелесу - білім беру процесінің циклограммасы

Білім беру ұйымы: №41 «Назерке» бөбекжай балабақшасы Ақтөбе қаласы

Балалардың жасы: 3-4-5жас

Жоспардың құрылу кезеңі: 15-19 қыркүйек 2025 жыл III- Апта

Денешынықтыру жетекшісі: Игілікова Гүлбану Бағтабекқызы

Тексерілді

Дүйсенбі 15.09.2025ж 8.10-8.30 Ертеңгілік жаттығулар «Күй күмбірі»	Сейсенбі 16.09.2025ж 8.10-8.30 Ертеңгілік жаттығулар «Күй күмбірі»	Сәрсенбі 17.09.2025ж 8.10-8.30 Ертеңгілік жаттығулар «Күй күмбірі»	Бейсенбі 18.09.2025ж 8.10-8.30 Ертеңгілік жаттығулар «Күй күмбірі»	Жұма 19.09.2025ж 8.10-8.30 Ертеңгілік жаттығулар «Күй күмбірі»
<p>1. №8 «Көжек» ортаңғы тобы 9.00-9.15 Саппен жүру. Мақсаты: Жүру және тепе-теңдік сақтау жаттығулары. Мақсаты: Еденде жатқан жолдың бойымен тура бағытта гоппен жүру. Нысанаға дейін тура жолдың бойымен (ені 25-30 см, ұзындығы 2-3 м) жүру, ересектің көмегімен гимнастикалық тақтай бойымен (ені 25-30 см) жүру, ересектің көмегімен модульге (биіктігі 10-15 см) шығуға және одан түсуге үйрету, еденде жатқан пентадан (арқаннан) аттап өту. ЖДЖ: Кеудеге арналған жаттығулар: солға, оңға бұрылу (отырған қалыпта); Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:</p>	<p>1. №8 «Көжек» ортаңғы тобы 9.00-9.15 Шеңбермен жүру. Мақсаты: Балаларды шеңбер құру және шеңбер бойы жүру және жүгіруге жаттықтыру. Гимнастикалық орындықтың үстімен жүру дағдыларын қалыптастыру. Жаттығулар орындау кезінде дұрыс тыныс ала білуге дағдыландыру. ЖДЖ: Аяққа арналған жаттығулар: қолдарды алға созып, жартылай отыру, тізені қолмен ұстап, басты төмен иіп, кезекпен тізені бүгіп, аяқты көтеру; Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: 1. Гимнастикалық орындықтың үстімен жүру. 2. Шеңбер құру және шеңбер бойы жүру және жүгіруді қайталап бекіту. Адал азамат Біртұтас тәрбие Ұлттық ойын: «Соқыр теке» Қимылды ойын: «Қазан доп» Жай қимылды ойын: «Аюлар мен</p>	<p>1. №9 «Балапан» ортаңғы тобы 9.00-9.15 Шеңбермен жүру. Мақсаты: Балаларды шеңбер құру және шеңбер бойы жүру және жүгіруге жаттықтыру. Гимнастикалық орындықтың үстімен жүру дағдыларын қалыптастыру. Жаттығулар орындау кезінде дұрыс тыныс ала білуге дағдыландыру. ЖДЖ: Аяққа арналған жаттығулар: отырып құм салынған қапшықтарды аяқтың бақайларымен қысып ұстау. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: 1. Гимнастикалық орындықтың үстімен жүру. 2. Шеңбер құру және шеңбер бойы жүру және жүгіруді</p>	<p>1. №3 «Гүлдер» арнайы мектепалды тобы 9.50-10.15 2. №2 «Айгөлек» мектепалды тобы 10.50-11.15 Аяққа арналған жаттығулар мақсаты: аяқтың ұшына көтерілу, қолды алға созып, жартылай отырып-тұру (2-3 рет); қолды тізеге қойып отырып-тұру; аяқтың ұшымен ұсақ заттарды жылжытуға үйрету. ЖДЖ: Аяққа арналған жаттығулар, аяқтың ұшына көтерілу Спорттық жаттығулар мақсаты: Велосипед, самокат тебу. Шеңбер бойымен</p>	<p>1. №8 «Көжек» ортаңғы тобы 9.00-9.15 2. №9 «Балапан» ортаңғы тобы 9.55-10.10 Негізгі қимылдар Шеңбермен жүру. Мақсаты: Педагогтік артынан жүру, жұптасып жүру, шеңбер бойымен қол ұстасып жүру, қарқынды өзгерте отырып жүру, бағытты өзгерте отырып жүру, жүруден жүгіруге ауысу, музыкаға сәйкес қимыл жасауға дағдыландыру.</p>

де 10-20 см қашықта
арқаннан тұратын жолақ
арқылы) жатқан арқаннан
секіру.

Адал азамат
Біртұтас тәрбие
Ұлттық ойын: «Оус таяқ»
Қимылды ойын: «Кішкене
озен арқылы»
Жай қимылды ойын: «Қаздар»

2. №4 «Жұлдыз» арнайы
ересек тобы 9.35-9.55
Негізгі қимылдар
Жалпы дамытушы
жаттығулар мақсаты: Қол
және иық белдеуіне арналған
жаттығулар. Қолды алға, екі
жаққа, жоғары көтеру (бір
уақытта, кезекпен), төмен
түсіру, қолдарын арқасына
апару: қолдарды төмен түсіру;
белге қою, кеуде тұсына қою;
қолдарын алға-артқа сермеу;
қолды иыққа қойып,
шынтақтарын бүгіп, қолдарын
айналдыру. Қолды алға созып,
саусақтарды жұму және
ашу, қолдың білектерін
айналдыру. Қолды кеуденің
алдына қою, желкеге қою,
иықтарды түзеп, екі жаққа
бұрылу. Жаттығуларды
заттармен және заттарсыз
орындауға үйрету.

аралар»
Қортынды: «Допты үрлеу» тыныс алу
жаттығуларын жасау.

2. №9 «Баланап» ортаңғы тобы
9.25-9.40
Саппен жүру.
Мақсаты: Жүру және теңе-теңдік сақтау
жаттығулары.

Мақсаты: Еденде жатқан жолдың
бойымен тура бағытта топпен жүру.
Нысанаға дейін тура жолдың бойымен (ені
25-30 см, ұзындығы 2-3 м) жүру, ересектің
көмегімен гимнастикалық тақтай бойымен
(ені 25-30 см) жүру, ересектің көмегімен
модульге (биіктігі 10-15 см) шығуға және
одан түсуге үйрету, еденде жатқан
лентадан (арқаннан) аттап өту.

ЖДЖ: Кеудеге арналған жаттығулар:
солға, оңға бұрылу (отырған қалыпта);
Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:
1. Еденде 10-20 см қашықта (2 арқаннан
тұратын жолақ арқылы) жатқан арқаннан
секіру.

Адал азамат
Біртұтас тәрбие
Ұлттық ойын: «Әуе таяқ»
Қимылды ойын: «Кішкене озен арқылы»
Жай қимылды ойын: «Қаздар»

3. №4 «Жұлдыз» арнайы ересек тобы
9.45-10.05
Негізгі қимылдар
Кеудеге арналған жаттығулар мақсаты:
Екі қолды белге қойып, оңға-солға бұрылу

қайталап бекіту.
Адал азамат
Біртұтас тәрбие
Ұлттық ойын: «Соқыр
теке»
Қимылды ойын: «Қазан
доп»
Жай қимылды ойын:
«Аюлар мен аралар»
Қортынды: «Допты
үрлеу» тыныс алу
жаттығуларын жасау.

2. №4 «Жұлдыз» арнайы
ересек тобы 9.20-9.40
Негізгі қимылдар
Спорттық жаттығулар
мақсаты:
Велосипед тебу: екі немесе
үш дөңгелекті велосипед
тебу; оңға, солға бұрылуға
үйрету.
ЖДЖ: Аяққа арналған
жаттығулар.
Екі аяқты кезекпен алға қою,
алдымен өкшені, содан кейін
аяқтың ұшын қою,
тарсылдату
Адал азамат
Біртұтас тәрбие
Ұлттық ойын: «Арқан
тарту»
Қимылды ойын:
«Үшты-үшты» мақсаты:
Жай қимылды ойын: «Ит

және тура жолмен өз
бетінше екі дөңгелекті
велосипед тебу. Оңға
және солға бұрылу.
Адал азамат
Біртұтас тәрбие
Ұлттық ойын: «
Арқан тарту»
Қимылды ойын:
«Үшты-үшты»

Доптарды бір-біріне
домалатуды үйрету.
ЖДЖ: Аяққа
арналған
жаттығулар:
қолдарды алға
созып, жартылай
отыру, тізені қолмен
ұстап, басты төмен
иіп, кезекпен тізені
бүгіп, аяқты көтеру:

Азамат**Біртұтас тәрбие****Ұлттық ойын:** «Әуе таяқ»**Қимылды ойын:** «Кішкене озен арқылы»

Мақсаты: Балаларды дене жаттығуларын жасауға үйрету.

3. №2 «Айгөлек» мектепалды тобы 10.35-11.00**Негізгі қимылдар****Қолдың күшін жетілдіруге арналған жаттығулар мақсаты:**

3-5 метр қашықтықта екі қолын жерге қойып, жүруге (бір бала екінші баланы аяғынан ұстайды) үйрету

ЖДЖ: Аяққа арналған жаттығулар.

Аяқтың ұшына көтерілу

Адал азамат

Біртұтас тәрбие**Ұлттық ойын:** «Әуе таяқ»**Қимылды ойын:** «Кішкене озен арқылы»

Мақсаты: Балаларды дене жаттығуларын жасауға үйрету.

Жай қимылды ойын:

«Қаздар»

Мақсаты: Балаларды жаттығуларды затсыз және затпен жасауға үйрету.

(жылдам және бір қалыпты). Оңға, солға сәксію, шалқаюға үйрету.

Аяққа арналған жаттығулар**мақсаты:** Аяқтың ұшына көтерілу және тұруға үйрету.

Адал азамат

Біртұтас тәрбие**Ұлттық ойын:** «Соқыр теке»**Қимылды ойын:** «Қазан доп»

Мақсаты: Балаларды тез қозғалуға үйрету.

Жай қимылды ойын: «Аюлар мен аралар»

Мақсаты: Балаларды дене қимылдарын жасауға үйрету

4. №3 «Гүлдер» арнайы мектепалды тобы 10.10-10.35**Негізгі қимылдар****Қолдың күшін жетілдіруге арналған жаттығулар мақсаты:**

3-5 метр қашықтықта екі қолын жерге қойып, жүруге (бір бала екінші баланы аяғынан ұстайды) үйрету

ЖДЖ: Аяққа арналған жаттығулар.

Аяқтың ұшына көтерілу

Адал азамат

Біртұтас тәрбие**Ұлттық Ойын:** «Әуе таяқ»**Қимылды ойын:** «Кішкене озен арқылы»

Мақсаты: Балаларды дене жаттығуларын жасауға үйрету.

Жай қимылды ойын: «Қаздар»

Мақсаты: Балаларды жаттығуларды затсыз және затпен жасауға үйрету.

пен қоян»

Мақсаты: Балаларды волиболмен жүруге үйрету.

3. №3 «Гүлдер» арнайы мектепалды тобы**10.15-10.40****4. №2 «Айгөлек» даярлық тобы****10.50-11.15****Негізгі қимылдар****Арқаи арнаиан жаттығулар мақсаты:**

отырып алға, артқа сәксію (5-6 рет), стретчинг элементтері бар жаттығуларды орындау, қолдың көмегімен етпетінен жатып еңбектеу (3 метр) үйрету.

Қимылды ойындар

Қимылды ойындарға баулу.

балаларды қарапайым

ережелерді сақтауға

Адал азамат

Біртұтас тәрбие**Ұлттық ойын:** «Соқыр теке»**Қимылды ойын:** «Қазан доп»

Мақсаты: Балаларды тез қозғалуға үйрету.

Жай қимылды ойын:

«Аюлар мен аралар»

Мақсаты: Балаларды дене қимылдарын жасауға үйрету.

Тәрбиелеу - білім беру процесінің циклограммасы

Тексерілді
 Білім беру ұйымы: №41 «Пазерке» бөбекжай балабақшасы Ақтобе қаласы

Балалардың жасы: 3-4-5 жас

Жоспардың құрылу кезеңі: 22-26 қыркүйек 2025 жыл IV - Апта

Денсаушылықтыру жетекшісі: Игілікова Гүлбану Балтабекқызы

Дүйсенбі 22.09.2025ж	Сейсенбі 23.09.2025ж	Сәрсенбі 24.09.2025ж	Бейсенбі 25.09.2025ж	Жұма 26.09.2025ж
8.10-8.30 Ертеңгілік жаттығулар «Күй күмбірі»	8.10-8.30 Ертеңгілік жаттығулар «Күй күмбірі»	8.10-8.30 Ертеңгілік жаттығулар «Күй күмбірі»	8.10-8.30 Ертеңгілік жаттығулар «Күй күмбірі»	8.10-8.30 Ертеңгілік жаттығулар «Күй күмбірі»
<p>1. №8 «Көжек» ортаңғы тобы 9.00-9.15 Топпен жүру. Мақсаты: Балаларды барлық топпен жүруге, жүгіруге әрі қарай жалғастыру. Ұзындығы 2,5-2 м, ені 25 см (2 жаста), 20 см (3 жаста) тақтай бойымен жүру, жіптен немесе гаяқтан аттап өту жаттығуларын үйрету. Дене аяқ, табан бұлшықеттерін дамыту. ЖДЖ: Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар: қолдарын алдына немесе басына жоғары, артына апарып шапалақтау; Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: 1. Ұзындығы 2,5-2 м, ені 25 см (2 жаста), 20 см (3 жаста) тақтай бойымен жүру, жіптен немесе гаяқтан аттап өту. Адал азамат Біртұғас тәрбие</p>	<p>1. №8 «Көжек» ортаңғы тобы 9.00-9.15 Жүру және тепе-теңдік сақтау жаттығулары. Мақсаты: Еденде жатқан жолдың бойымен тура бағытта топпен жүру. Нысанаға дейін тура жолдың бойымен (ені 25-30 см, ұзындығы 2-3 м) жүру, ересектің көмегімен гимнастикалық тақтай бойымен (ені 25-30 см) жүру, ересектің көмегімен модульге (биіктігі 10-15 см) шығу. ЖДЖ: Кеудеге арналған жаттығулар: аяқты көтеру және түсіру, аяқтарды қозғалту (шалқасынан жатқан қалыпта); Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: 1. Бірқалыпты жүгіру, шашырап, берілген бағытта, әртүрлі қарқынмен, аяқтың ұшымен жүгіру Ұлттық ойын: «Түлкі мен</p>	<p>1. №9 «Баланап» ортаңғы тобы 9.00-9.15 Жүру және тепе-теңдік сақтау жаттығулары. Мақсаты: Еденде жатқан жолдың бойымен тура бағытта топпен жүру. Нысанаға дейін тура жолдың бойымен (ені 25-30 см, ұзындығы 2-3 м) жүру, ересектің көмегімен гимнастикалық тақтай бойымен (ені 25-30 см) жүру, ересектің көмегімен модульге (биіктігі 10-15 см) шығу. ЖДЖ: Аяққа арналған жаттығулар: отырып құм салынған қапшықтарды аяқтың бақайларымен қысып ұстау. Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары: 1. Бірқалыпты жүгіру, шашырап, берілген бағытта, әртүрлі</p>	<p>1. №3 «Гүлдер» арнайы мектепалды тобы 9.50-10.15 2. №2 «Айгөлек» мектепалды тобы 10.50-11.15 Сауықтыру-шынықтыру шаралары мақсаты. Су температурасын біртіндеп төмендете отырып, қарапайым шараларды өз бетінше жүргізуге дағдыландыру. Балалардың денсаулығын, шынықтыру құралдарының</p>	<p>1. №8 «Көжек» ортаңғы тобы 9.00-9.15 2. №9 «Баланап» ортаңғы тобы 9.55-10.10 Шеңбермен жүру. Мақсаты: Педагогтің артынан жүру, жұптасып жүру, шеңбер бойымен қол ұстасып жүру, қарқынды өзгерте отырып жүру, бағытты өзгерте отырып жүру, жүруден жүгіруге ауысу. Алақан мен тізеге тіреле, тура бағытта еңбектеу. Берілген белгіге көңіл аударуға</p>

Кім ойын: «Орамал тастмақ»
 Ұлттық ойын: «Доп кімде»
 Жай қимылды ойын: «Мысық пен тышқан»
Қорытынды: Балаларды жалпы мадақтау. Тыныс алу жаттығуын жасау.

2. №4 «Жұлдыз» арнайы ересек тобы 9.35-9.55
Қимылды ойындар мақсаты: Қимылды ойындарға қызығушылықты дамыту. Таныс ойындарды ұйымдастыруда бастамашылдық, дербестік танытуға баулуға үйрету.
Дербес қимыл белсенділігі мақсаты: Балалардың доптармен, құрсаулармен ойындарын қолдауға үйрету.
ЖДЖ: Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар.
 Қолдарын арқасына апару: қолдарды төмен түсіру; белге қою, кеуде гүсына қою
Адал азамат Біртұтас тәрбие
Ұлттық ойын: «Орамал тастмақ»
Қимылды ойын: «Доп кімде»
Мақсаты: Балаларды ойынға қызығушылықтарын арттыру
Жай қимылды ойын: «Мысық пен тышқан»
Қорытынды: Балаларды ұйымшылдыққа

балаларлар»
Қимылды ойын: «Паравоз»
Жай қимылды ойын: «Көжектер мен түлкі»
Қорытынды: Тыныс алу жаттығуын орындау.

2. №9 «Балапан» ортаңғы тобы 9.25-9.40
Топпен жүру.
Мақсаты: Балаларды барлық топпен жүруге, жүгіруге әрі қарай жалғастыру. Ұзындығы 2,5-2 м, ені 25 см (2 жаста), 20 см (3 жаста) тақтай бойымен жүру, жіптен немесе таяқтан аттап өту жаттығуларын үйрету. Дене аяқ, табан бұлшықеттерін дамыту.
ЖДЖ: Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар: қолдарын алдына немесе басынан жоғары, артына апарып шапалақтау;
Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:
 1. Ұзындығы 2,5-2 м, ені 25 см (2 жаста), 20 см (3 жаста) тақтай бойымен жүру, жіптен немесе таяқтан аттап өту.
Адал азамат Біртұтас тәрбие
Ұлттық ойын: «Орамал тастмақ»
Қимылды ойын: «Доп кімде»
Жай қимылды ойын: «Мысық пен тышқан»
Қорытынды: Балаларды жалпы мадақтау. Тыныс алу жаттығуын

қарқынмен, биіктігі ұшымен жүгіру
Ұлттық ойын: «Түлкі мен балапандар»
Қимылды ойын: «Паравоз»
Жай қимылды ойын: «Көжектер мен түлкі»
Қорытынды: Тыныс алу жаттығуын орындау.

2. №4 «Жұлдыз» арнайы ересек тобы 9.20-9.40 Өзіне-өзі қызмет көрсету дағдылары
мақсаты: Өзіне-өзі қызмет көрсету дағдыларын: өз бстінше киіну мен шешінуді, тісін тазалауды жетілдіруге үйрету.
Сауықтыру-шынықтыру шаралары мақсаты: Шынықтырудың барлық түрлерін, жалпы және жергілікті су шараларын жүргізуге үйрету.
ЖДЖ: Аяққа арналған жаттығулар.
 Қатарынан 4-5 рет жартылай отыру.
Ұлттық ойын: «Қара құлақ»
Қимылды ойын: «Айгөлек»
Мақсаты: Балаларды адамгершілікке тәрбиелеу
Жай қимылды ойын: «Торғайлар мен Автомобиль»
Мақсаты: Балаларды ұйымшылдыққа тәрбиелеу

әсерлеріне бейімделу деңгейін ескеріп, қарама-қарсы температуралы сумен шайыну, таңертеңгі жаттығуды орындауға қызығушылық тудыру, дене бітімін қалыптастыру және өкшелерді нығайтуға үйрету.
ЖДЖ: Қолдың күшін жетілдіруге арналған жаттығулар. 3-5 метр қашықтықта екі қолын жерге қойып, жүру
Ұлттық ойын: «Қара құлақ»
Қимылды ойын: «Айгөлек»
Мақсаты: Балаларды адамгершілікке тәрбиелеу
Жай қимылды ойын: «Торғайлар мен Автомобиль»

дағдыландыру.
 Табан, тізе бұлшықеттерін нығайту.
ЖДЖ: Аяққа арналған жаттығулар: тізені қолмен ұстап, басты төмен иіп, кезекпен тізені бүгіп, аяқты көтеру;
Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:
 1. Алақан мен тізеге тіреле, тура бағытта еңбектеу.
Ұлттық ойын: «Қара құлақ»
Қимылды ойын: «Айгөлек»
Жай қимылды ойын: «Торғайлар мен Автомобиль»
Қорытынды: «Бокс» тыныс алу жаттығуы

Әлеу.

№2 «Айгөлек» мектепалды тобы
10.33-11.00

Спорттық ойындар мақсаты:
Баскетбол элементтері. Кеуде тұсынан екі қолмен допты бір-біріне лақтыру. Допты оң және сол қолмен алып жүруге жаттықтыруға үйрету.

Қимылды ойындар мақсаты: Бінта мен шығармашылық таныға отырып, ганыс қимылды ойындарды өз бетінше ұйымдастыруға мүмкіндік беру. Ұлттық қимылды ойындарды ойнату. Балаларды жарыс элементтері бар ойындар мен эстафеталық ойындарға қатысуға баулуға үйрету.

ЖДЖ: Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар. Қолды жоғары көтеру және екі жаққа созу, қолды желкеге қою.

Адал азамат

Біртұғас тәрбие

Ұлттық ойын: «Орамал тастамақ»

Қимылды ойын: «Доп кімде»

Мақсаты: Балаларды ойынға қызығушылықтарын арттыру

Жай қимылды ойын: «Мысық пен ғышқан»

Мақсаты: Балаларды ұйымшылдыққа тәрбиелеу.

жасау.

3. №1 «Жұлдыз» арнайы ересек тобы 9.45-10.05

Салауатты өмір салтын қалыптастыру мақсаты: Балаларға адамның дене және сезім мүшелері, олардың ағзадағы ролі және оларды қалай қорғауға, күтуге болатыны туралы түсінік беруге үйрету.

Мәдени-гигиеналық дағдыларды жетілдіру мақсаты: Балаларды ұқыптылыққа, тазалыққа, өзінің сыртқы келбетін қадағалауды әдетке айналдыруға баулуға үйрету.

ЖДЖ: Кеудеге арналған жаттығулар.

Екі қолды белге қойып, оңға-солға бұрылу (жылдам және бір қалыпты).

Ұлттық ойын: «Түлкі мен балапандар»

Қимылды ойын: «Паравоз»

Мақсаты: Балаларды қимылды қозғалысқа үйрету

Жай қимылды ойын: «Көжектер мен түлкі»

Мақсаты: Балаларды ұқыптылыққа тәрбиелеу

4. №3 «Гүлдер» арнайы мектепалды тобы 10.10-10.35

Негізгі қимылдар

Спорттық ойындар мақсаты:

Баскетбол элементтері. Кеуде тұсынан екі қолмен допты бір-біріне лақтыру. Допты оң және сол қолмен алып

3. №3 «Гүлдер» арнайы мектепалды тобы

10.15-10.40

4. №2 «Айгөлек» даярлық тобы 10.50-11.15

Дербес қимыл белсенділігі мақсаты:

Қимылды ойының дамуына ықпал ететін әртүрлі құралдар мен спорттық жабдықтары бар ортаны құру. Балалардың құрдастарымен қимылды ойындарды өз бетінше ұйымдастыруына жағдай жасау, олардың жарыстар ұйымдастыруға деген белсенділігін қолдауға үйрету.

Салауатты өмір салтын қалыптастыру мақсаты: Адам ағзасы және оның қызметінің ерекшеліктері туралы түсініктерді кеңейту.

ЖДЖ: Кеудеге арналған жаттығулар. Гимнастикалық қабырғаға қарап тұрып, белінің тұсындағы тақтайшаны ұстап, алға еңкею.

Ұлттық ойын: «Түлкі мен балапандар»

Қимылды ойын: «Паравоз»

Мақсаты: Балаларды қимылды қозғалысқа үйрету

Жай қимылды ойын:

«Көжектер мен түлкі»

Мақсаты: Балаларды

Мақсаты: Балаларды ұйымшылдыққа тәрбиелеу

жүруге жаттықтыруға үйрету.
Қимылды ойындар мақсаты: Ынта мен шығармашылық таныта отырып, таныс қимылды ойындарды өз бетінше ұйымдастыруға мүмкіндік беру.
Ұлттық қимылды ойындарды ойнату.
Балаларды жарыс элементтері бар ойындар мен эстафеталық ойындарға қатысуға баулуға үйрету.
ЖДЖ: Қол және нық белдеуіне арналған жаттығулар. Қолды жоғары көтеру және екі жаққа созу, қолды желкеге қою.
Адал азамат
Біртұтас тәрбие
Ұлттық ойын: «Орамал тастамақ»
Қимылды ойын: «Доп кімде»
Мақсаты: Балаларды ойынға қызығушылықтарын арттыру
Жай қимылды ойын: «Мысық пен тышқан»
Мақсаты: Балаларды ұйымшылдыққа тәрбиелеу.

ұқыптылыққа тәрбиелеу